# ब्रह्मविद्योपनिषत्

स्वाविद्यातत्कार्यजातं यद्विद्यापह्नवं गतम् ।
तद्ध्वंसविद्यानिष्पन्नं रामचन्द्रपदं भजे ॥

ॐ सह नाववतु ॥ सह नौ भुनक्तु ॥

सह वीर्यं करवावहै ॥

तेजस्विनावधीतमस्तु  मा विद्विषावहै ॥

ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ॥

अथ ब्रह्मविद्योपनिषदुच्यते ॥

प्रसादाद्ब्रह्मणस्तस्य विष्णोरद्भुतकर्मणः ।
रहस्यं ब्रह्मविद्याया ध्रुवाग्निं सम्प्रचक्षते ॥ १॥

ॐइत्येकाक्षरं ब्रह्म यदुक्तं ब्रह्मवादिभिः ।
शरीरं तस्य वक्ष्यामि स्थानं कालत्रयं तथा ॥ २॥

तत्र देवास्त्रयः प्रोक्ता लोका वेदास्त्रयोऽग्नयः ।
तिस्रो मात्रार्धमात्रा च त्र्यक्षरस्य शिवस्य तु ॥ ३॥

ऋग्वेदो गार्हपत्यं च पृथिवी ब्रह्म एव च ।
आकारस्य शरीरं तु व्याख्यातं ब्रह्मवादिभिः ॥ ४॥

यजुर्वेदोऽन्तरिक्षं च दक्षिणाग्निस्तथैव च ।
विष्णुश्च भगवान्देव उकारः परिकीर्तितः ॥ ५॥

सामवेदस्तथा द्यौश्चाहवनीयस्तथैव च ।
ईश्वरः परमो देवो मकारः परिकीर्तितः ॥ ६॥

सूर्यमण्डलमध्येऽथ ह्यकारः शङ्खमध्यगः ।
उकारश्चन्द्रसंकाशस्तस्य मध्ये व्यवस्थितः ॥ ७॥

मकारस्त्वग्निसंकाशो विधूमो विद्युतोपमः ।
तिस्रो मात्रास्तथा ज्ञेया सोमसूर्याग्निरूपिणः  ॥ ८॥

शिखा तु दीपसंकाशा तस्मिन्नुपरि वर्तते ।
अर्धमात्र तथा ज्ञेया प्रणवस्योपरि स्थिता ॥ ९॥

पद्मसूत्रनिभा सूक्ष्मा शिखा सा दृश्यते परा ।
सा नाडी सूर्यसंकाशा सूर्यं भित्त्वा तथापरा ॥ १०॥

द्विसप्ततिसहस्राणि नाडीं भित्त्वा च मूर्धनि ।
वरदः सर्वभूतानां सर्वं व्याप्यावतिष्ठति ॥ ११॥

कांस्यघण्टानिनादस्तु यथा लीयति शान्तये ।
ओङ्कारस्तु तथा योज्यः शान्तये सर्वमिच्छता ॥ १२॥

यस्मिन्विलीयते शब्दस्तत्परं ब्रह्म गीयते ।
धियं हि लीयते ब्रह्म सोऽमृतत्वाय कल्पते ॥ १३॥

वायुः प्राणस्तथाकाशस्त्रिविधो जीवसंज्ञकः ।
स जीवः प्राण इत्युक्तो वालाग्रशतकल्पितः ॥ १४॥

नाभिस्थाने स्थितं विश्वं शुद्धतत्त्वं सुनिर्मलम् ।
आदित्यमिव दीप्यन्तं रश्मिभिश्चाखिलं शिवम् ॥ १५॥

सकारं च हकारं च जीवो जपति सर्वदा ।
नाभिरन्ध्राद्विनिष्क्रान्तं विषयव्याप्तिवर्जितम् ॥ १६॥

तेनेदं निष्कलं विद्यात्क्षीरात्सर्पिर्यथा तथा ।
कारणेनात्मना युक्तः प्राणायामैश्च पञ्चभिः ॥ १७॥

चतुष्कला समायुक्तो भ्राम्यते च हृदिस्थितः ।
गोलकस्तु यदा देहे क्षीरदण्डेन वा हतः ॥ १८॥

एतस्मिन्वसते शीघ्रमविश्रान्तं महाखगः ।
यावन्निश्वसितो जीवस्तावन्निष्कलतां गतः ॥ १९॥

नभस्थं निष्कलं ध्यात्वा मुच्यते भवबन्धनात्
अनाहतध्वनियुतं हंसं यो वेद हृद्गतम् ॥ २०॥

स्वप्रकाशचिदानन्दं स हंस इति गीयते ।

रेचकं पूरकं मुक्त्वा कुम्भकेन स्थितः सुधीः ॥ २१॥

नाभिकन्दे समौ कृत्वा प्राणापानौ समाहितः ।
मस्तकस्थामृतास्वादं पीत्वा ध्यानेन सादरम् ॥ २२॥

दीपाकारं महादेवं ज्वलन्तं नाभिमध्यमे ।
अभिषिच्यामृतेनैव हंस हंसेति यो जपेत् ॥ २३॥

जरामरणरोगादि न तस्य भुवि विद्यते ।
एवं दिने दिने कुर्यादणिमादिविभूतये ॥ २४॥

ईश्वरत्वमवाप्नोति सदाभ्यासरतः पुमान् ।
बहवो नैकमार्गेण प्राप्ता नित्यत्वमागताः ॥ २५॥

हंसविद्यामृते लोके नास्ति नित्यत्वसाधनम् ।
यो ददाति महाविद्यां हंसाख्यां पारमेश्वरीम् ॥ २६॥

तस्य दास्यं सदा कुर्यात्प्रज्ञया परया सह ।
शुभं वाऽशुभमन्यद्वा यदुक्तं गुरुणा भुवि ॥ २७॥

तत्कुर्यादविचारेण शिष्यः सन्तोषसंयुतः ।
हंसविद्यामिमां लब्ध्वा गुरुशुश्रूषया नरः ॥ २८॥

आत्मानमात्मना साक्षाद्ब्रह्म बुद्ध्वा सुनिश्चलम् ।
देहजात्यादिसम्बन्धान्वर्णाश्रमसमन्वितान् ॥ २९॥

वेदशास्त्राणि चान्यानि पदपांसुमिव त्यजेत् ।
गुरुभक्तिं सदा कुर्याच्छ्रेयसे भूयसे नरः ॥ ३०॥

गुरुरेव हरिः साक्षान्नान्य इत्यब्रवीच्छ्रुतिः ॥ ३१॥

श्रुत्या यदुक्तं परमार्थमेव
        तत्संशयो नात्र ततः समस्तम् ।
श्रुत्या विरोधे न भवेत्प्रमाणं
        भवेदनर्थाय विना प्रमाणम् ॥ ३२॥

देहस्थः सकलो ज्ञेयो निष्कलो देहवर्जितः ।
आप्तोपदेशगम्योऽसौ सर्वतः समवस्थितः ॥ ३३॥

हंसहंसेति यो ब्रूयाद्धंसो ब्रह्मा हरिः शिवः ।
गुरुवक्त्रात्तु लभ्येत प्रत्यक्षं सर्वतोमुखम् ॥ ३४॥

तिलेषु च यथा तैलं पुष्पे गन्ध इवाश्रितः ।
पुरुषस्य शरीरेऽस्मिन्स बाह्याभ्यन्तरे तथा ॥ ३५॥

उल्काहस्तो यथालोके द्रव्यमालोक्य तां त्यजेत् ।
ज्ञानेन ज्ञेयमालोक्य पश्चाज्ज्ञानं परित्यजेत् ॥ ३६॥

पुष्पवत्सकलं विद्याद्गन्धस्तस्य तु निष्कलः ।
वृक्षस्तु सकलं विद्याच्छाया तस्य तु निष्कला ॥ ३७॥

निष्कलः सकलो भावः सर्वत्रैव व्यवस्थितः ।
उपायः सकलस्तद्वदुपेयश्चैव निष्कलः ॥ ३८॥

सकले सकलो भावो निष्कले निष्कलस्तथा ।
एकमात्रो द्विमात्रश्च त्रिमात्रश्चैव भेदतः ॥ ३९॥

अर्धमात्र परा ज्ञेया तत ऊर्ध्वं परात्परम् ।
पञ्चधा पञ्चदैवत्यं सकलं परिपठ्यते ॥ ४०॥

ब्रह्मणो हृदयस्थानं कण्ठे विष्णुः समाश्रितः ।
तालुमध्ये स्थितो रुद्रो ललाटस्थो महेश्वरः ॥ ४१॥

नासाग्रे अच्युतं विद्यात्तस्यान्ते तु परं पदम् ।
परत्वात्तु परं नास्तीत्येवं शास्त्रस्य निर्णयः ॥ ४२॥

देहातीतं तु तं विद्यान्नासाग्रे द्वादशाङ्गुलम् ।
तदन्तं तं विजानीयात्तत्रस्थो व्यापयेत्प्रभुः ॥ ४३॥

मनोऽप्यन्यत्र निक्षिप्तं चक्षुरन्यत्र पातितम् ।
तथापि योगिनां योगो ह्यविच्छिन्नः प्रवर्तते ॥ ४४॥

एतत्तु परमं गुह्यमेतत्तु परमं शुभम् ।
नातः परतरं किञ्चिन्नातः परतरं शुभम् ॥ ४५॥

शुद्धज्ञानामृतं प्राप्य परमाक्षरनिर्णयम् ।

गुह्याद्गुह्यतमं गोप्यं ग्रहणीयं प्रयत्नतः ॥ ४६॥

नापुत्राय प्रदातव्यं नाशिष्याय कदाचन ।
गुरुदेवाय भक्ताय नित्यं भक्तिपराय च ॥ ४७॥

प्रदातव्यमिदं शास्त्रं नेतरेभ्यः प्रदापयेत् ।
दातास्य नरकं याति सिद्ध्यते न कदाचन ॥ ४८॥

गृहस्थो ब्रह्मचारी च वानप्रस्थश्च भिक्षुकः ।
यत्र तत्र स्थितो ज्ञानी परमाक्षरवित्सदा ॥ ४९॥

विषयी विषयासक्तो याति देहान्तरे शुभम् ।
ज्ञानादेवास्य शास्त्रस्य सर्वावस्थोऽपि मानवः ॥ ५०॥

ब्रह्महत्याश्वमेधाद्यैः पुण्यपापैर्न लिप्यते ।
चोदको बोधकश्चैव मोक्षदश्च परः स्मृतः ॥ ५१॥

इत्येषं त्रिविधो ज्ञेय आचार्यस्तु महीतले ।
चोदको दर्शयेन्मार्गं बोधकः स्थानमाचरेत् ॥ ५२॥

मोक्षदस्तु परं तत्त्वं यज्ज्ञात्वा परमश्नुते ।
प्रत्यक्षयजनं देहे संक्षेपाच्छृणु गौतम ॥ ५३॥

तेनेष्ट्वा स नरो याति शाश्वतं पदमव्ययम् ।
स्वयमेव तु सम्पश्येद्देहे बिन्दुं च निष्कलम् ॥ ५४॥

अयने द्वे च विषुवे सदा पश्यति मार्गवित् ।
कृत्वायामं पुरा वत्स रेचपूरककुम्भकान् ॥ ५५॥

पूर्वं चोभयमुच्चार्य अर्चयेत्तु यथाक्रमम् ।
नमस्कारेण योगेन मुद्रयारभ्य चार्चयेत् ॥ ५६॥

सूर्यस्य ग्रहणं वत्स प्रत्यक्षयजनं स्मृतम् ।
ज्ञानात्सायुज्यमेवोक्तं तोये तोयं यथा तथा ॥ ५७॥

एते गुणाः प्रवर्तन्ते योगाभ्यासकृतश्रमैः ।
तस्माद्योगं समादाय सर्वदुःखबहिष्कृतः ॥ ५८॥

योगध्यानं सदा कृत्वा ज्ञानं तन्मयतां व्रजेत् ।
ज्ञानात्स्वरूपं परमं हंसमन्त्रं समुच्चरेत् ॥ ५९॥

प्राणिनां देहमध्ये तु स्थितो हंसः सदाच्युतः ।
हंस एव परं सत्यं हंस एव तु शक्तिकम् ॥ ६०॥

हंस एव परं वाक्यं हंस एव तु वादिकम् ।
हंस एव परो रुद्रो हंस एव परात्परम् ॥ ६१॥

सर्वदेवस्य मध्यस्थो हंस एव महेश्वरः ।
पृथिव्यादिशिवान्तं तु अकाराद्याश्च वर्णकाः ॥ ६२॥

कूटान्ता हंस एव स्यान्मातृकेति व्यवस्थिताः ।
मातृकारहितं मन्त्रमादिशन्ते न कुत्रचित् ॥ ६३॥

हंसज्योतिरनूपम्यं मध्ये देवं व्यवस्थितम् ।
दक्षिणामुखमाश्रित्य ज्ञानमुद्रां प्रकल्पयेत् ॥ ६४॥

सदा समाधिं कुर्वीत हंसमन्त्रमनुस्मरन् ।
निर्मलस्फटिकाकारं दिव्यरूपमनुत्तमम् ॥ ६५॥

मध्यदेशे परं हंसं ज्ञानमुद्रात्मरूपकम् ।
प्राणोऽपानः समानश्चोदानव्यानौ च वायवः ॥ ६६॥

पञ्चकर्मेन्द्रियैरुक्ताः क्रियाशक्तिबलोद्यताः ।
नागः कूर्मश्च कृकरो देवदत्तो धनञ्जयः ॥ ६७॥

पञ्चज्ञानेन्द्रियैर्युक्ता ज्ञानशक्तिबलोद्यताः ।
पावकः शक्तिमध्ये तु नाभिचक्रे रविः स्थितः ॥ ६८॥

बन्धमुद्रा कृता येन नासाग्रे तु स्वलोचने ।
अकारेवह्निरित्याहुरुकारे हृदि संस्थितः ॥ ६९॥

मकारे च भ्रुवोर्मध्ये प्राणशक्त्या प्रबोधयेत् ।
ब्रह्मग्रन्थिरकारे च विष्णुग्रन्थिर्हृदि स्थितः ॥ ७०॥

रुद्रग्रन्थिर्भ्रुवोर्मध्ये भिद्यतेऽक्षरवायुना ।
अकारे संस्थितो ब्रह्मा उकारे विष्णुरास्थितः ॥ ७१॥

मकारे संस्थितो रुद्रस्ततोऽस्यान्तः परात्परः ।
कण्ठं सङ्कुच्य नाड्यादौ स्तम्भिते येन शक्तितः ॥ ७२॥

रसना पीड्यमानेयं षोडशी वोर्ध्वगामिनि ।
त्रिकूटं त्रिविधा चैव गोलाखं निखरं तथा ॥ ७३॥

त्रिशङ्खवज्रमोङ्कारमूर्ध्वनालं भ्रुवोर्मुखम् ।
कुण्डलीं चालयन्प्राणान्भेदयन्शशिमण्डलम् ॥ ७४॥

साधयन्वज्रकुम्भानि नवद्वाराणि बन्धयेत् ।
सुमनःपवनारूढः सरागो निर्गुणस्तथा ॥ ७५॥

ब्रह्मस्थाने तु नादः स्याच्छाकिन्यामृतवर्षिणी ।
षट्चक्रमण्डलोद्धारं ज्ञानदीपं प्रकाशयेत् ॥ ७६॥

सर्वभूतस्थितं देवं सर्वेशं नित्यमर्चयेत् ।
आत्मरूपं तमालोक्य ज्ञानरूपं निरामयम् ॥ ७७॥

दृश्यन्तं दिव्यरूपेण सर्वव्यापी निरञ्जनः ।
हंस हंस वदेद्वाक्यं प्राणिनां देहमाश्रितः ।
सप्राणापानयोर्ग्रन्थिरजपेत्यभिधीयते ॥ ७८॥

सहस्रमेकं द्वयुतं षट्शतं चैव सर्वदा ।
उच्चरन्पठितो हंसः सोऽहमित्यभिधीयते ॥ ७९॥

पूर्वभागे ह्यधोलिङ्गं शिखिन्यां चैव पश्चिमम् ।
ज्योतिर्लिङ्गं भ्रुवोर्मध्ये नित्यं ध्यायेत्सदा यतिः ॥ ८०॥

अच्युतोऽहमचिन्त्योऽहमतर्क्योऽहमजोऽस्म्यहम् ।
अप्राणोऽहमकायोऽहमनङ्गोऽस्म्यभयोऽस्म्यहम् ॥ ८१॥

अशब्दोऽहमरूपोऽहमस्पर्शोऽस्म्यहमद्वयः ।
अरसोऽहमगन्धोऽहमनादिरमृतोऽस्म्यहम् ॥ ८२॥

अक्षयोऽहमलिङ्गोऽहमजरोऽस्म्यकलोऽस्म्यहम् ।
अप्राणोऽहममूकोऽहमचिन्त्योऽस्म्यकृतोऽस्म्यहम् ॥ ८३॥

अन्तर्याम्यहमग्राह्योऽनिर्देश्योऽहमलक्षणः ।
अगोत्रोऽहमगात्रोऽहमचक्षुष्कोऽस्म्यवागहम् ॥ ८४॥

अदृश्योऽहमवर्णोऽहमखण्डोऽस्म्यहमद्भुतः ।
अश्रुतोऽहमदृष्टोऽहमन्वेष्टव्योऽमरोऽस्म्यहम् ॥ ८५॥

अवायुरप्यनाकाशोऽतेजस्कोऽव्यभिचार्यहम् ।
अमतोऽहमजातोऽहमतिसूक्ष्मोऽविकार्यहम् ॥ ८६॥

अरजस्कोऽतमस्कोऽहमसत्त्वोस्म्यगुणोऽस्म्यहम् ।
अमायोऽनुभवात्माहमनन्योऽविषयोऽस्म्यहम् ॥ ८७॥

अद्वैतोऽहमपूर्णोऽहमबाह्योऽहमनन्तरः ।
अश्रोतोऽहमदीर्घोऽहमव्यक्तोऽहमनामयः ॥ ८८॥

अद्वयानन्दविज्ञानघनोऽस्म्यहमविक्रियः ।
अनिच्छोऽहमलेपोऽहमकर्तास्म्यहमद्वयः ॥ ८९॥

अविद्याकार्यहीनोऽहमवाग्रसनगोचरः ।
अनल्पोऽहमशोकोऽहमविकल्पोऽस्म्यविज्वलन् ॥ ९०॥

आदिमध्यान्तहीनोऽहमाकाशसदृशोऽस्म्यहम् ।
आत्मचैतन्यरूपोऽहमहमानन्दचिद्घनः ॥ ९१॥

आनन्दामृतरूपोऽहमात्मसंस्थोहमन्तरः ।
आत्मकामोहमाकाशात्परमात्मेश्वरोस्म्यहम् ॥ ९२॥

ईशानोस्म्यहमीड्योऽहमहमुत्तमपूरुषः ।
उत्कृष्टोऽहमुपद्रष्टा अहमुत्तरतोऽस्म्यहम् ॥ ९३॥

केवलोऽहं कविः कर्माध्यक्षोऽहं करणाधिपः ।
गुहाशयोऽहं गोप्ताहं चक्षुषश्चक्षुरस्म्यहम् ॥ ९४॥

चिदानन्दोऽस्म्यहं चेता चिद्घनश्चिन्मयोऽस्म्यहम् ।
ज्योतिर्मयोऽस्म्यहं ज्यायाञ्ज्योतिषां ज्योतिरस्म्यहम् ॥ ९५॥

तमसः साक्ष्यहं तुर्यतुर्योऽहं तमसः परः ।
दिव्यो देवोऽस्मि दुर्दर्शो दृष्टाध्यायो ध्रुवोऽस्म्यहम् ॥ ९६॥

नित्योऽहं निरवद्योऽहं निष्क्रियोऽस्मि निरञ्जनः ।
निर्मलो निर्विकल्पोऽहं निराख्यातोऽस्मि निश्चलः ॥ ९७॥

निर्विकारो नित्यपूतो निर्गुणो निःस्पृहोऽस्म्यहम् ।
निरिन्द्रियो नियन्ताहं निरपेक्षोऽस्मि निष्कलः ॥ ९८॥

पुरुषः परमात्माहं पुराणः परमोऽस्म्यहम् ।
परावरोऽस्म्यहं प्राज्ञः प्रपञ्चोपशमोऽस्म्यहम् ॥ ९९॥

परामृतोऽस्म्यहं पूर्णः प्रभुरस्मि पुरातनः ।
पूर्णानन्दैकबोधोऽहं प्रत्यगेकरसोऽस्म्यहम् ॥ १००॥

प्रज्ञातोऽहं प्रशान्तोऽहं प्रकाशः परमेश्वरः ।
एकदा चिन्त्यमानोऽहं द्वैताद्वैतविलक्षणः ॥ १०१॥

बुद्धोऽहं भूतपालोऽहं भारूपो भगवानहम् ।
महाज्ञेयो महानस्मि महाज्ञेयो महेश्वरः ॥ १०२॥

विमुक्तोऽहं विभुरहं वरेण्यो व्यापकोऽस्म्यहम् ।
वैश्वानरो वासुदेवो विश्वतश्चक्षुरस्म्यहम् ॥ १०३॥

विश्वाधिकोऽहं विशदो विष्णुर्विश्वकृदस्म्यहम् ।
शुद्धोऽस्मि शुक्रः शान्तोऽस्मि शाश्वतोऽस्मि शिवोऽस्म्यहम् ॥ १०४॥

सर्वभूतान्तरात्महमहमस्मि सनातनः ।
अहं सकृद्विभातोऽस्मि स्वे महिम्नि सदा स्थितः ॥ १०५॥

सर्वान्तरः स्वयंज्योतिः सर्वाधिपतिरस्म्यहम् ।
सर्वभूताधिवासोऽहं सर्वव्यापी स्वराडहम् ॥ १०६॥

समस्तसाक्षी सर्वात्मा सर्वभूतगुहाशयः ।
सर्वेन्द्रियगुणाभासः सर्वेन्द्रियविवर्जितः ॥ १०७॥

स्थानत्रयव्यतीतोऽहं सर्वानुग्राहकोऽस्म्यहम् ।
सच्चिदानन्द पूर्णात्मा सर्वप्रेमास्पदोऽस्म्यहम् ॥ १०८॥

सच्चिदानन्दमात्रोऽहं स्वप्रकाशोऽस्मि चिद्घनः ।

सत्त्वस्वरूपसन्मात्रसिद्धसर्वात्मकोऽस्म्यहम् ॥ १०९॥

सर्वाधिष्ठानसन्मात्रः स्वात्मबन्धहरोऽस्म्यहम् ।
सर्वग्रासोऽस्म्यहं सर्वद्रष्टा सर्वानुभूरहम् ॥ ११०॥

एवं यो वेद तत्त्वेन स वै पुरुष उच्यत इत्युपनिषत् ॥

ॐ सह नाववतु ॥ सह नौ भुनक्तु ॥ सह वीर्यं करवावहै ॥

तेजस्विनावधीतमस्तु मा विद्विषावहै ॥

ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ॥

इति ब्रह्मविद्योपनिषत्समाप्ता ॥